



endermar



ABRIL 2022

"Sant Jordi"

Els carrers s'omplen de gent i es transformen en un enorme "llibreria-floristeria".

La tradició diu que les parelles han d'intercanviar llibres i roses. Sant Jordi és patró de Catalunya des del segle XV i és també patró dels enamorats.

Aquest dia tindrem de postres el "Pastís de Sant Jordi".

La recepta és pa de pessic, mousse de nata, xocolata i crema, i es pot decorar com es desitgi.

En 1996, la UNESCO va designar el 23 d'abril com a Dia Internacional del Llibre.

D'altra banda, tenim la famosa llegenda de Sant Jordi i el drac:

Un príncep valent, una bonica princesa en perill, una lluita contra la terrible bèstia i un final feliç amb una rosa vermella com a regal.

En aquesta celebració, la cultura i l'amor es fan un petó 🍷🥰. Bona diada!



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA LLUÍS VIVES BASAL

<p>4</p> <p>Crema parmentier (carbassa i porro) Ragú de vedella (estofada amb patata, pèsols i pastanaga) Fruita del temps</p> <p>Sopa de tomàquet Wok de pollastre amb pebrots logurt</p>	<p>5</p> <p>Mongeta verda amb patata Nuggets de pollastre amb amanida (enciam i tomàquet) Fruita del temps i opció de pa integral</p> <p>Bledes saltades amb alls i panses Llom saltat amb verdures logurt</p>	<p>6</p> <p>Llenties estofades amb vegetals (carbassó i pastanaga) Truita de pernil dolç amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) Fruita del temps ecològica</p> <p>Crema de carbassa i taronja Bacallà al pilpil amb piperrada logurt amb nous</p>	<p>7</p> <p>Sopa de l'àvia amb pasta Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps</p> <p>Ous trencats amb pernil serrà i patates Rodanxes de taronja amb canyella</p>	<p>8</p> <p>Arròs a la cubana (tomàquet i ou dur) Contraçuixa de pollastre a les fines herbes amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) Ou de pasqua</p>
<p>11</p> <p>SET</p>	<p>12</p> <p>MA</p>	<p>13</p> <p>NA</p>	<p>14</p> <p>SAN</p>	<p>15</p> <p>TA</p>
<p>18</p> <p>DILLUNS DE PASQUA</p>	<p>19</p> <p>Llenties estofades amb arròs Croquetes de pollastre amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps</p> <p>Hummus amb bastonets Perca al forn amb llit de patata i ceba logurt</p>	<p>20</p> <p>Crema de carbassó amb crostons Truita de patata i ceba amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps i opció de pa integral</p> <p>Quinoa amb gambes logurt</p>	<p>21</p> <p>Arròs integral amb tomàquet Daus de tonyina amb patata i ceba confitada Fruita del temps ecològica</p> <p>Mix de verdures al curry Llom a la planxa amb carxofes arrebossades Broqueta de fruita</p>	<p>22</p> <p>Escudella amb galets i cigrons Pernilet de pollastre al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Pastís de Sant Jordi</p> <p>Crema d'esparreccs Sandvitx de salmó fumat i philadelphia</p>
<p>25</p> <p>Sopa de peix amb arròs Truita de carbassó amb amanida (enciam tomàquet i blat de moro) Fruita del temps</p> <p>Sopa de peix Gall dindi saltat amb verdures logurt amb fruita</p>	<p>26</p> <p>Purè de pastanaga amb crostons Cigrons saltats amb verdures i cuscús Fruita del temps ecològica</p> <p>Amanida completa amb fruits secs Seitons arrebossats logurt</p>	<p>27</p> <p>Macarrons amb tomàquet i formatge Cuixa de pollastre a la farigola amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) Fruita del temps</p> <p>Crema de carbassó Ous saltats amb samfaina logurt amb patates</p>	<p>28</p> <p>Mongetes blanques estofades amb xoriço Rap a l'andalusa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt sostenible natural sense sucre</p> <p>Coliflor saltada amb alls Pinxos d'au adobats amb patates Plàtan banyat amb xocolata negra</p>	<p>29</p> <p>Tricolor de verdures (patata, mongeta verda i pastanaga) Wok de gall dindi saltat amb ceba i xampinyons Fruita del temps i opció de pa integral</p> <p>Amanida de canonges, cherris i formatge fresc Wrap de verdures i vedella logurt</p>

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 570 kcal, HC 66g, Lip. 18g, Prot. 36g - Segona setmana 591 kcal, HC 69g, Lip. 18.5g, Prot. 37g - Tercera setmana 581 kcal, HC 68g, Lip. 18g, Prot. 36.7g - Quarta setmana 595 kcal, HC 68g, Lip. 19g, Prot. 38g. - Cinquena setmana 612 kcal, HC 71g, Lip. 20g, Prot. 37g. Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 738 kcal, HC 81g, Lip. 26g, Prot. 45g - Segona setmana 743 kcal, HC 78g, Lip. 27g, Prot. 47g - Tercera setmana 737 kcal, HC 79g, Lip. 26g, Prot. 46.7g - Quarta setmana 739 kcal, HC 77.8g, Lip. 28g, Prot. 43.9g. - Cinquena setmana 778 kcal, HC 82.4g, Lip. 28.7g, Prot. 47.6g.